

SOBRE MAHA

La coalición de salud de asiáticos en el medio-este MAHA es una organización sin fines de lucros, 501(c)3 establecida en 2003 con la misión para reducir las disparidades entre salud para las comunidades con bajos recursos para reducir las disparidades para las comunidades con recursos médicos bajos en el medio-este por medio del desarrollo de proveer servicios apropiados culturalmente y con sensibilidad.

SOBRE EL PROGRAMA DE ABUSO DE SUBSTANCIA DE MAHA

El programa de MAHA tiene la meta de prevenir el abuso de sustancias y prevenir el consumo de alcohol entre la comunidad asiática y Latina por medio de la formación de colaborativa y los esfuerzos entre diferentes sectores de la comunidad de McKinley Park de Chicago.



Lo Invitamos a Unirse

McKinley Park Underage Drinking and Other Substance Abuse Coalition (McK-UDOS Coalition)

Contáctanos

230 W. Cermak Rd, 2nd Floor
Chicago, IL 60616

Tel: 312.225.8659

Jacquelyn Zhang

Coordinadora de Programa
jacquelynzhang@maha-us.org

ESTO no es una GUERRA en sustancias, pero una batalla para proteger los cerebros de nuestros jóvenes!



PREVENCION DEL ABUSO DE SUSTANCIAS



Midwest Asian Health Association
美亞健康協會 (MAHA)
A NON-PROFIT ORGANIZATION 非盈利機構



Prevención Funciona!



PARA PADRES:

- **Ser Proactivos:** Hablen sobre drogas a temprana edad, con frecuencia, y abiertamente con sus hijo/as para crear una fundación de comunicación efectiva.
- **Crea Carácter:** Ayuda a tus hijo/as a cultivar una variedad de intereses y apoya sus actividades extracurriculares para crear una autoestima positiva.
- **Se parte de las vidas de tus hijo/as:** Comparte tiempo junto con tus hijo/as especialmente en tiempos difíciles para que ello/as sientan que te importan.
- **Ve las señales de advertencia:** Cambios en comportamiento, objetos no familiares, olores no comunes u olores que estén asociados con el uso de drogas.
- **Pon Reglas claras y síguelas:** Provee y monitorea las reglas para tus hijo/as y hazlos responsables. Esta será la manera que ellos aprenden como mantenerse seguros y también que entiendan lo que les puede causar problemas.
- **Trabaja con la comunidad:** Participar en la prevención del consumo de drogas en programas dentro de la comunidad demuestra tu compromiso a los esfuerzos para asegurar una buena atmosfera para tus hijo/as.

MITOS SOBRE EL ALCOHOL

Mito: La coalición tiene impacto positivo si tú te involucras!

Hecho: No hay nada cool sobre caerse o perder la conciencia o vomitarte en ti mismo/a. Beber alcohol también causa mal aliento y causa el aumento de peso.

Mito: Todos los otros jóvenes consumen alcohol. Yo necesito ser aceptado.

Hecho: Si tú necesitas ser aceptado/a mantente libre del alcohol. Muchos jóvenes no toman alcohol. Estudios muestran que más del 73% entre las edades de 12-20 no han tomado alcohol en el último mes.



MITOS SOBRE LA MARIHUANA

Mito: Marihuana no causa daño

Hecho: El uso de marihuana causa efectos negativos significantes en la salud, seguridad y problemas de aprendizaje.

Mito: Marihuana no es adictiva

Hecho: El uso de marihuana ES adictivo. Usuarios frecuentes de marihuana desarrollan efectos de la desconexión de la droga y causa síntomas tales como estar irritable, tener ansiedad, y tener dificultad para dormir.



COMO PUEDO AYUDAR Y APOYAR?

- **ASISTE** a las juntas de la coalición de McK-UDOS
- **CORRE LA VOZ** al invitar a más colegas o miembros de la comunidad para que se unan a la coalición
- **TEN LAS CONVERSACIONES** sobre los riesgos del uso del alcohol y de drogas con los jóvenes de su hogar y de la comunidad
- **SÉ UN VOLUNTARIO** en el programa y en eventos comunitarios

La coalición tiene impacto positivo si tú te involucras!

